

METODOLOGIAS ATIVAS E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES NO CONTEXTO ESCOLAR

**ACTIVE METHODOLOGIES AND THE PROMOTION OF ADOLESCENT
MENTAL HEALTH IN THE SCHOOL CONTEXT**

Ciências Humanas, Ciências Sociais Aplicadas • 17/10/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/792118523](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/792118523)

Gretry Preacy Vieira de Andrade¹

Rizete Gomes da Silva²

Wollace Scantberuy da Rocha³

Eudel Fábio de Sena⁴

RESUMO

Este estudo tem como objetivo analisar as contribuições das metodologias ativas na promoção da saúde mental de adolescentes no contexto escolar, considerando seus impactos no desenvolvimento socioemocional. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, de abordagem qualitativa, realizada a partir de bases de dados científicas nacionais e internacionais. Os resultados evidenciam que fatores escolares, como práticas pedagógicas tradicionais, pressão por desempenho e fragilidade nas relações interpessoais, estão associados ao sofrimento psíquico entre adolescentes. Em contrapartida, a adoção de metodologias ativas, fundamentadas no protagonismo discente e na aprendizagem significativa, contribui para o fortalecimento de competências socioemocionais, como empatia, autonomia e autorregulação emocional. Além disso, tais práticas favorecem a construção de ambientes escolares mais acolhedores, colaborativos e inclusivos. Conclui-se que a integração intencional dessas abordagens ao currículo escolar representa uma estratégia eficaz para a promoção do bem-estar psicológico e a formação integral dos estudantes.

Palavras-chave: Saúde mental; Adolescentes; Metodologias ativas; Desenvolvimento socioemocional; Ambiente escolar.

ABSTRACT

This study aims to analyze the contributions of active learning methodologies to promoting the mental health of adolescents in the school context, considering their impact on socio-emotional development. It is a narrative literature review, with a qualitative approach, conducted using national and international scientific databases. The results show that school factors, such as traditional pedagogical practices, pressure for performance, and fragility in interpersonal relationships, are associated with psychological

distress among adolescents. Conversely, the adoption of active learning methodologies, based on student protagonism and meaningful learning, contributes to the strengthening of socio-emotional competencies, such as empathy, autonomy, and emotional self-regulation. Furthermore, these practices favor the construction of more welcoming, collaborative, and inclusive school environments. It is concluded that the intentional integration of these approaches into the school curriculum represents an effective strategy for promoting psychological well-being and the holistic development of students.

Keywords: Mental health; Adolescents; Active learning methodologies; Socio-emotional development; School environment.

1. INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) (2022) define a saúde mental como um estado de bem-estar no qual a pessoa reconhece suas próprias capacidades, consegue lidar com o estresse comum da vida, trabalha de forma produtiva e contribui para a sua comunidade. O número de adolescentes com transtornos mentais está se tornando um problema mundial, pois influencia não apenas a saúde dessa geração durante a adolescência, mas também sua saúde na vida adulta (Sabino; Trega; Andrade, 2025).

Antonelli-Ponti e colaboradores (2025) destacam que a adolescência constitui um período marcado por intensas transformações biológicas, psicológicas e sociais, sendo reconhecida como uma fase de maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de transtornos mentais. Dados recentes apontam um crescimento expressivo nos índices de ansiedade, depressão e comportamentos de risco entre

adolescentes, o que evidencia a necessidade de estratégias eficazes de promoção do bem-estar mental (Floriano *et al.*, 2025).

Os principais determinantes de doenças mentais em adolescentes incluem, mas não se limitam ao baixo nível socioeconômico, isolamento social, exposição à violência e falta de apoio de pares ou familiares. No entanto, o impacto desses determinantes pode ser mitigado por fatores de proteção, como conexão social, apoio de escolas e serviços de saúde mental e o engajamento com programas de promoção da saúde (Tonetto; Carlotto, 2021).

O ambiente escolar, por sua capilaridade e potencial formativo, configura-se como um espaço privilegiado para o desenvolvimento de ações voltadas ao cuidado em saúde psicológica. No entanto, práticas pedagógicas tradicionais, centradas na transmissão passiva do conhecimento, mostram-se limitadas diante das demandas contemporâneas dos estudantes (Perdomo Jr; Soares, 2025).

Pesquisas mostram que, quando as necessidades de saúde mental dos alunos são devidamente atendidas, a probabilidade de sucesso escolar aumenta. A promoção da saúde mental escolar de alta qualidade e eficaz tem sido associada a aumentos no desempenho e competência acadêmica, diminuição na incidência de comportamentos problemáticos, melhorias nos relacionamentos que envolvem cada criança e mudanças positivas no clima escolar e da sala de aula (Oliveira *et al.*, 2024).

Nesse cenário, as metodologias ativas surgem como uma abordagem inovadora, que desloca o estudante para o centro do processo de aprendizagem, incentivando sua autonomia, participação e reflexão crítica. Além de favorecer o aprendizado

cognitivo, tais metodologias têm sido associadas ao desenvolvimento de competências socioemocionais, fundamentais para a promoção do bem-estar psicológico (Antonelli-Ponti *et al.*, 2025).

Diante disso, a pesquisa investiga as contribuições das metodologias ativas para a promoção da saúde mental de adolescentes no ambiente escolar, analisando os fatores escolares associados ao sofrimento psíquico, os fundamentos contemporâneos das metodologias ativas no contexto educacional e os impactos de promoção da saúde psicológica no desenvolvimento socioemocional de adolescentes no âmbito escolar.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de abordagem qualitativa, caracterizado como uma revisão narrativa da literatura (Ogassavara *et al.*, 2025), com o objetivo de analisar as contribuições das metodologias ativas na promoção da saúde mental de adolescentes no contexto escolar.

A busca dos estudos foi realizada em bases de dados científicas nacionais e internacionais, incluindo SciELO, PubMed e Google Scholar, por meio da combinação de descritores em português e inglês, tais como “saúde mental”, “adolescentes”, “metodologias ativas”, “educação emocional” e “ambiente escolar”. A pesquisa foi realizada entre março e abril de 2026. Foram considerados estudos publicados no período de 2021 a 2026, de acesso completo, que abordassem diretamente a temática proposta.

Como critérios de inclusão, foram selecionados estudos que discutissem a relação entre práticas pedagógicas e saúde mental de adolescentes no contexto educacional. Foram excluídos trabalhos

duplicados, resumos, editoriais e estudos que não apresentassem aderência ao objetivo da pesquisa.

A análise dos dados foi conduzida de forma descritiva e interpretativa, permitindo a organização dos achados em categorias temáticas, a saber: fatores escolares associados ao sofrimento psíquico, fundamentos das metodologias ativas e impactos no desenvolvimento socioemocional. Essa sistematização possibilitou a construção de uma discussão articulada entre os diferentes eixos do estudo.

Por se tratar de uma pesquisa baseada em dados secundários de domínio público, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

3.1. Fatores Escolares Associados Ao Sofrimento Psíquico

Há evidências crescentes e maior conscientização sobre a magnitude dos problemas psicológicos em todo o mundo, sendo que metade deles começa antes dos 14 anos e tem efeitos ao longo da vida dos indivíduos e da sociedade. Assim, escolas oferecem um contexto ideal para intervenção, visto que crianças e adolescentes crescem e se desenvolvem por meio da interação social (Silva, 2025).

Escolas podem aproveitar ao máximo seu ambiente para fomentar o desenvolvimento infantil e juvenil e promover a boa saúde mental. Muitos dos programas voltados para esta área, implementados em escolas promovem o desenvolvimento de habilidades sociais, competências socioemocionais e melhores resultados de aprendizagem, ao mesmo tempo que reduzem comportamentos

disruptivos. O ambiente e o clima escolar podem, portanto, desempenhar um papel crucial no incentivo à promoção de fatores de proteção psicológica, como competências e habilidades socioemocionais (Toledo, 2025).

Assim, o desenvolvimento social e cognitivo se concretiza por meio de interações sociais em um contexto cultural e social específico. Com base nas contribuições da teoria do desenvolvimento cognitivo de Vygotsky, a interação humana que ocorre no contexto social e cultural aprimora a aprendizagem e é fundamental para o funcionamento psicológico. Esses processos culturais, nos quais as pessoas aprendem e se desenvolvem, ocorrem por meio de interações com outros (Rosa; Goi, 2024).

Os espaços sociais configuram-se como cenários de interação nas quais os indivíduos constroem e performam suas identidades, mediadas pelas experiências vividas em determinados contextos sociotemporais (Rosa; Goi, 2024). Nessa perspectiva, Silva e Pinho (2024) apontam que a comunidade escolar se constitui como um ambiente marcado por expressiva diversidade social, econômica e cultural, no qual parcela dos estudantes se encontra em situação de vulnerabilidade social. Esse cenário repercute diretamente no processo de ensino-aprendizagem, evidenciando a necessidade de estratégias pedagógicas e intervenções sociais mais amplas, orientadas à promoção da inclusão, da justiça epistêmica e da qualidade educacional.

O ambiente escolar, embora reconhecido como espaço estratégico para o desenvolvimento integral de adolescentes, também pode se constituir como um território de produção e intensificação de sofrimento psíquico. Tal ambivalência decorre da forma como as

dinâmicas institucionais, pedagógicas e relacionais são estruturadas e vivenciadas no cotidiano escolar (Perdomo Jr; Soares, 2025).

Dentre os fatores associados ao sofrimento psíquico, Lima (2022) destaca as práticas pedagógicas centradas na lógica tradicional de ensino, frequentemente marcadas pela valorização exclusiva do desempenho acadêmico e pela reprodução de modelos avaliativos punitivos. Esse cenário tende a gerar sentimentos de inadequação, ansiedade e baixa autoestima, especialmente entre estudantes que apresentam dificuldades de aprendizagem ou que se encontram em contextos de vulnerabilidade social.

Além disso, a fragilidade das relações interpessoais no ambiente escolar configura-se como um elemento relevante. Situações de exclusão, bullying, discriminação e ausência de escuta qualificada contribuem para o isolamento social e o agravamento do sofrimento emocional. A escola, nesses casos, deixa de cumprir seu papel como espaço de acolhimento e pertencimento, tornando-se um ambiente potencialmente adoecedor (Braga, 2024).

Outro aspecto a ser considerado refere-se à sobrecarga acadêmica e à pressão por resultados, frequentemente intensificadas por expectativas familiares e institucionais. A internalização dessas demandas pode levar ao desenvolvimento de quadros de estresse, ansiedade e esgotamento emocional, impactando negativamente tanto o desempenho escolar quanto o bem-estar psicológico dos adolescentes (Santos; Nascimento; Souza, 2025).

Ademais, a insuficiência de ações estruturadas de promoção da saúde mental no contexto escolar evidencia uma lacuna importante nas políticas educacionais. A ausência de estratégias que integrem

aspectos cognitivos e socioemocionais limita a capacidade da escola de responder de forma efetiva às necessidades dos estudantes (Santos *et al.*, 2026).

Diante desse panorama, torna-se fundamental repensar as práticas educativas e formas de organização escolar, de modo a promover ambientes mais inclusivos, acolhedores e sensíveis às demandas emocionais dos adolescentes. A incorporação de abordagens pedagógicas que valorizem o protagonismo estudantil, o diálogo e a construção coletiva do conhecimento apresenta-se como um caminho promissor para a redução do sofrimento psíquico no contexto escolar (Aguiar; Valentim, 2024).

Entre as razões pelas quais intervenções eficazes em saúde mental para crianças e adolescentes devem ser desenvolvidas, cita-se que transtornos mentais específicos ocorrem em estágios específicos do desenvolvimento infantil e adolescente; programas de identificação e intervenções para tais transtornos podem ser direcionados ao estágio em que é mais provável que apareçam, é documentada na literatura a continuidade entre os transtornos da infância e adolescência na idade adulta, assim a intervenção precoce pode prevenir ou reduzir a probabilidade de comprometimento a longo prazo (Ferreira *et al.*, 2024).

Compreender as mudanças emocionais, sociais e físicas durante a adolescência é necessário para desenvolver programas e tratamentos que apoiem a saúde mental de adolescentes e ajudem a prevenir doenças mentais antes que elas comecem. Além disso, isolamento social, estigma, discriminação, dificuldades educacionais, comportamentos de risco e doenças físicas estão todos associados a adolescentes com transtornos psicológicos. Problemas emocionais

podem interferir no desenvolvimento social, cognitivo e emocional do jovem e no pior cenário, podem levar à morte (Urruth; Jaeger, 2022).

O suicídio é uma preocupação de saúde pública em muitos países, considerando-se que suicídios entre jovens representam um terço de todos os suicídios no mundo e são a segunda maior causa de mortalidade nesse grupo. Os problemas de saúde mental em adolescentes são influenciados por uma série de fatores, como conflitos familiares, perda de amizades ou relações familiares, bullying, assédio sexual e abuso infantil por parte dos pais (Lima *et al.*, 2023).

Problemas psicológicos em jovens podem ser difíceis de detectar, tratar e acompanhar, sendo necessário reconhecer que os problemas mentais podem ser complexos, exigindo contribuição suficiente da família e da escola, portanto, são necessários esforços consideráveis e urgentes na área da promoção da saúde mental (Silva; Pinho, 2024).

3.2. Fundamentos Contemporâneos das Metodologias Ativas no Contexto Educacional

Intervenções eficazes podem reduzir o impacto dos transtornos de saúde mental sobre o indivíduo e a família, desta forma, a promoção da saúde e do bem-estar emocional leva a resultados positivos em termos mentais, sociais e educacionais. Os programas escolares podem alcançar muitas crianças e adolescentes de diferentes contextos familiares e o contexto escolar representa um cenário natural e interativo que abrange tanto contextos diretos por

exemplo, família, colegas, turma, escola quanto contextos mais distantes como culturais e políticos (Oliveira *et al.*, 2024).

As transformações sociais, tecnológicas e culturais das últimas décadas têm provocado uma reconfiguração significativa nas formas de ensinar e aprender, exigindo do campo educacional abordagens que superem modelos tradicionais centrados na transmissão passiva do conhecimento. Nesse cenário, as metodologias ativas emergem como um conjunto de estratégias pedagógicas alinhadas às demandas contemporâneas, ao promoverem maior engajamento, autonomia e protagonismo discente (Paixão *et al.*, 2026).

Fundamentadas em perspectivas construtivistas e sociointeracionistas, essas metodologias partem do pressuposto de que a aprendizagem ocorre de forma mais significativa quando o estudante é colocado no centro do processo educativo, participando ativamente da construção do conhecimento. Autores como Paulo Freire já defendiam a importância do diálogo, da problematização e da valorização das experiências prévias dos sujeitos como elementos essenciais para uma educação crítica e emancipadora (Lima *et al.*, 2026a).

No contexto atual, Paixão (2026) menciona que as metodologias ativas se materializam por meio de diferentes estratégias, como a aprendizagem baseada em problemas, a aprendizagem baseada em projetos, a sala de aula invertida e as práticas colaborativas. Tais abordagens estimulam o pensamento crítico, a resolução de problemas e o desenvolvimento de competências socioemocionais, aspectos cada vez mais valorizados na formação integral dos estudantes.

Além do desenvolvimento cognitivo, essas metodologias contribuem para a construção de ambientes de aprendizagem mais inclusivos e participativos. Ao favorecerem a escuta, o diálogo e o trabalho em grupo, criam condições para o fortalecimento de vínculos interpessoais e para a valorização da diversidade, elementos fundamentais em contextos educacionais marcados por desigualdades sociais (Lima *et al.*, 2024).

Outro fundamento relevante diz respeito à integração entre teoria e prática. As metodologias ativas aproximam o conteúdo acadêmico da realidade dos estudantes, tornando o aprendizado mais contextualizado e significativo. Essa conexão favorece não apenas a retenção do conhecimento, mas também o desenvolvimento de habilidades aplicáveis à vida cotidiana e ao exercício da cidadania (Lima *et al.*, 2026a).

Entretanto, a implementação dessas abordagens ainda enfrenta desafios, como a necessidade de formação docente continuada, a resistência a mudanças nos modelos pedagógicos tradicionais e limitações estruturais das instituições de ensino (Moraes, 2025). Superar tais obstáculos exige um movimento articulado entre gestores, educadores e políticas públicas, visando à consolidação de práticas educativas mais inovadoras e sensíveis às demandas contemporâneas (Arruda; Pires, 2025).

Dessa forma, as metodologias ativas se consolidam como uma resposta potente às necessidades educacionais atuais, ao promoverem não apenas a aprendizagem significativa, mas também o desenvolvimento integral dos estudantes, em sintonia com os desafios do século XXI (Nascimento, 2026).

Para Lima e colaboradores (2026b) a interface entre metodologias ativas e educação para a saúde mental de adolescentes revela um campo promissor para a construção de práticas pedagógicas mais sensíveis às demandas contemporâneas. Ao deslocarem o estudante para o centro do processo de aprendizagem, essas abordagens favorecem não apenas o desenvolvimento cognitivo, mas também a ampliação de competências socioemocionais fundamentais para o bem-estar psíquico.

A adolescência, marcada por intensas transformações e vulnerabilidades, demanda espaços de escuta, expressão e pertencimento. Nesse sentido, as metodologias ativas se destacam por criarem ambientes mais participativos e dialógicos, nos quais os estudantes são incentivados a compartilhar experiências, refletir sobre suas emoções e construir coletivamente estratégias de enfrentamento. Práticas como rodas de conversa, aprendizagem baseada em problemas e projetos colaborativos possibilitam a abordagem de temas relacionados à saúde mental de forma contextualizada e significativa (Paixão, 2026).

Além disso, tais metodologias contribuem para o fortalecimento do senso de autonomia e autoeficácia dos adolescentes. Ao se perceberem como protagonistas do próprio processo de aprendizagem, os estudantes tendem a desenvolver maior confiança em suas capacidades, o que impacta positivamente sua autoestima e sua forma de lidar com desafios cotidianos. Esse aspecto é particularmente relevante na prevenção de quadros de ansiedade e desmotivação escolar (Souza; Galiotto; Ribeiro, 2023).

Outro ponto central refere-se à construção de vínculos interpessoais mais saudáveis. O trabalho em grupo, a escuta ativa e o respeito às

diferentes perspectivas, estimulados pelas metodologias ativas, favorecem a criação de uma cultura escolar mais acolhedora e inclusiva. Esse ambiente contribui para a redução de situações de isolamento, exclusão e conflitos, frequentemente associados ao sofrimento psíquico na adolescência (Dionisio *et al.*, 2025).

Entretanto, para que essas potencialidades se concretizem, é fundamental que haja intencionalidade pedagógica e preparo por parte dos educadores. A utilização de metodologias ativas voltadas à promoção da saúde mental exige sensibilidade, formação adequada e articulação com políticas institucionais de cuidado, evitando abordagens superficiais ou descontextualizadas (Rosa *et al.*, 2021).

Dessa forma, concordando-se com Oliveira *et al.* (2024), a articulação entre metodologias ativas e educação para a saúde mental configura-se como uma estratégia potente para a promoção do bem-estar de adolescentes no contexto escolar, contribuindo para a formação de sujeitos mais críticos, autônomos e emocionalmente preparados para lidar com os desafios da vida contemporânea.

3.3. Impactos de Práticas de Promoção da Saúde Mental no Desenvolvimento Socioemocional de Adolescentes no Âmbito Escolar

Entre as dez competências gerais estabelecidas pela Base Nacional Comum Curricular (BNCC), destacam-se diversos aspectos relacionados à aprendizagem socioemocional, tais como a capacidade de expressar ideias e sentimentos, o autoconhecimento, o cuidado com a saúde física e emocional, o reconhecimento das próprias emoções e das emoções do outro, além do exercício da

empatia, da cooperação e da resolução de conflitos (Freitas; Marin, 2022).

Evidências apontam que crianças e adolescentes que desenvolvem essas competências tendem a apresentar maiores níveis de comportamentos pró-sociais, atitudes mais positivas e melhor desempenho acadêmico, bem como menores índices de sofrimento emocional, problemas de conduta e uso de substâncias (Braga, 2024).

A promoção da saúde mental no contexto escolar exerce influência direta e significativa no desenvolvimento socioemocional de adolescentes, especialmente por incidir sobre habilidades essenciais à construção de relações saudáveis, à autorregulação emocional e à tomada de decisões. Em um período marcado por intensas mudanças e vulnerabilidades, o fortalecimento dessas competências torna-se um fator protetivo frente a diferentes formas de sofrimento psíquico (Antonelli-Ponti *et al.*, 2025).

Entre os principais impactos observados, destaca-se o desenvolvimento da autoconsciência emocional, que possibilita ao adolescente reconhecer, compreender e nomear suas próprias emoções. Esse processo contribui para uma relação mais equilibrada consigo mesmo, reduzindo a impulsividade e favorecendo respostas mais adaptativas diante de situações de estresse e conflito (Lima, 2022).

Outro aspecto relevante refere-se ao aprimoramento da autorregulação emocional, a partir de práticas educativas que incorporam a escuta, o diálogo e a reflexão, os estudantes passam a desenvolver maior capacidade de lidar com frustrações, pressões

acadêmicas e desafios interpessoais. Essa habilidade está diretamente associada à redução de sintomas de ansiedade, irritabilidade e desmotivação escolar (Carneiro; Pinho, 2025).

No campo das relações interpessoais, a promoção da saúde mental favorece o fortalecimento da empatia, da comunicação assertiva e do respeito à diversidade. Tais competências contribuem para a construção de um ambiente escolar mais acolhedor e colaborativo, reduzindo a incidência de conflitos, práticas de exclusão e situações de violência, como o bullying (Heizer, 2025).

Ademais, a integração entre conteúdos curriculares e temas relacionados à saúde mental permite que os estudantes desenvolvam maior consciência sobre suas emoções, comportamentos e formas de cuidado. A educação para a saúde mental, quando incorporada de maneira transversal ao currículo, deixa de ser pontual e passa a fazer parte do cotidiano escolar, ampliando seu impacto e efetividade (Koehler; Gonzales; Marpica, 2021).

De acordo com Carvalho (2023), observa-se impacto positivo no engajamento escolar e no desempenho acadêmico. Estudantes que se sentem emocionalmente seguros e pertencentes ao ambiente escolar tendem a participar mais ativamente das atividades propostas, apresentando maior motivação para aprender e persistir diante de dificuldades.

A promoção da saúde mental também contribui para o desenvolvimento da autonomia e do senso de propósito, elementos fundamentais para a construção da identidade na adolescência. Ao serem estimulados, por meio de metodologias ativas, a refletir sobre

suas vivências, valores e projetos de vida, os estudantes ampliam sua capacidade de tomada de decisão e planejamento futuro (Rocha *et al.*, 2025a).

Almeja-se, nesse contexto, uma prática educativa capaz de articular a apropriação dos conteúdos curriculares ao desenvolvimento de competências essenciais à vida, especialmente aquelas de natureza socioemocional. Nesse sentido, tais competências têm sido progressivamente valorizadas no campo educacional, o que demanda a consolidação da educação emocional como prática sistemática e integrada aos espaços educativos (Teles *et al.*, 2024).

A inserção e o fortalecimento dessas práticas no cotidiano escolar envolvem múltiplos fatores, considerando que o ambiente escolar se configura como espaço privilegiado para a operacionalização da educação emocional por meio de diferentes estratégias. Dentre elas, destaca-se a integração transversal das competências socioemocionais às diversas áreas do conhecimento, favorecendo sua incorporação ao currículo de forma contínua e contextualizada (Heizer, 2025).

Nesse contexto, a formação docente constitui elemento central nesse processo, uma vez que o professor, enquanto agente mediador e referência para os estudantes, necessita desenvolver competências emocionais que sustentem práticas pedagógicas pautadas na empatia, no acolhimento e na construção de vínculos de confiança (Lucena *et al.*, 2025).

Para além desses aspectos, evidencia-se a importância da articulação entre escola, família e equipe multiprofissional, de modo a atender às múltiplas demandas que emergem no contexto

educacional (Rocha; Vieira, 2021). A implementação de programas de educação emocional com caráter contínuo também se mostra fundamental para a efetividade das ações propostas (Rosa; Magalhães; Silveira, 2024).

Assim, compreende-se que a educação emocional deve ser iniciada precocemente e mantida ao longo de todo o percurso escolar, extrapolando os limites da escola e estendendo-se ao contexto familiar e social. Nesse sentido, o desenvolvimento de competências emocionais configura-se como um processo transversal e permanente, no qual os diferentes espaços de convivência se constituem como cenários formativos e de troca (Silva; Silva, 2025).

Entretanto, é importante ressaltar que tais impactos não ocorrem de forma automática, mas dependem da existência de práticas pedagógicas intencionais, de um ambiente escolar seguro e de uma cultura institucional que valorize o cuidado integral dos estudantes. A ausência desses elementos pode limitar ou até comprometer os efeitos esperados das ações de promoção da saúde mental (Rocha *et al.*, 2025b).

Dessa forma, investir na promoção do bem-estar psicológico no ambiente escolar não apenas contribui para a redução do sofrimento psíquico, mas também potencializa o desenvolvimento socioemocional dos adolescentes, preparando-os de forma mais consistente para os desafios acadêmicos, sociais e pessoais ao longo da vida (Heizer, 2025).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A crescente incidência de sofrimento psíquico entre adolescentes evidencia a urgência de estratégias educacionais que transcendam

a dimensão exclusivamente cognitiva e incorporem, de forma intencional, o cuidado com a saúde mental no contexto escolar. Ao longo deste estudo, evidenciou-se que as metodologias ativas se configuram como uma abordagem potente nesse cenário, ao promoverem ambientes de aprendizagem mais participativos, dialógicos e sensíveis às necessidades socioemocionais dos estudantes.

Ao favorecer o protagonismo discente, a construção coletiva do conhecimento e o desenvolvimento de competências como empatia, autorregulação e autonomia, essas metodologias contribuem diretamente para a promoção do bem-estar psicológico e para a redução de fatores associados ao sofrimento psíquico. Além disso, seu caráter integrador possibilita a articulação entre conteúdos curriculares e experiências de vida, tornando o processo educativo mais significativo e alinhado às demandas contemporâneas.

Entretanto, a efetividade dessas práticas está condicionada à existência de intencionalidade pedagógica, formação docente qualificada e apoio institucional. A ausência desses elementos pode limitar o alcance das ações propostas, reforçando a necessidade de políticas educacionais que incentivem a formação continuada de professores e a implementação de programas estruturados de educação emocional nas escolas.

Destaca-se, ainda, a importância da construção de uma cultura escolar que valorize o cuidado integral do estudante, promovendo espaços de escuta, acolhimento e pertencimento. Nesse sentido, a integração entre escola, família e equipe multiprofissional mostra-se

fundamental para a consolidação de práticas mais efetivas e sustentáveis.

Diante do exposto, conclui-se que a incorporação das metodologias ativas, aliada a uma abordagem transversal da educação para a saúde mental, representa um caminho promissor para o fortalecimento do desenvolvimento socioemocional de adolescentes. Para além de uma inovação pedagógica, trata-se de uma necessidade frente aos desafios impostos pela contemporaneidade, exigindo um reposicionamento das práticas educativas em direção a uma formação mais humana, crítica e integral.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGUIAR, Gracielle Almeida de; VALENTIM, Rayane E. de O. **Educação em perspectiva: reflexões e práticas para o ensino contemporâneo**. Formiga, MG: Editora MultiAtual, 2024. Disponível em: <https://www.editoramultiatual.com.br/2025/01/educacao-em-perspectiva-reflexoes-e.html>. Acesso em: 3 out. 2026.

ANTONELLI-PONTI, Mayra; CORDOBA-VIEIRA, Julia Elena; MENZANI, Pedro Luiz; SCORZAFAVE, Luiz Guilherme Dacar da Silva. Avaliação de processo de um programa de promoção de saúde mental para adolescentes baseado na escola. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, Rio de Janeiro, v. 21, e20250534, 2025. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/394557519_Avaliacao_de_processo_de_um_programa_de_promocao_de_saude_mental_para_adolescentes_baseado_na_escola. Acesso em: 3 out. 2026.

ARRUDA, Simon Gomes; PIRES, Thaynná Geraldino. Desafios e potencialidades da implementação das metodologias ativas na

escola pública. **Revista Artigos.com**, v. 25, 2025. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/artigos/article/view/21709>.

Acesso em: 3 out. 2026.

BRAGA, Émerson dos Santos. **Saúde mental entre alunos das séries terminais do Ensino Fundamental: percepções e estratégias curriculares**. 2024. 193 f. Dissertação (Mestrado em Educação: Currículo) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2024. Disponível em: <https://repositorio.pucsp.br/jspui/handle/handle/42750>. Acesso em: 3 out. 2026.

CARNEIRO, Teresa Magalhães de Araújo; PINHO, Alexandra Moreno. Competências socioemocionais na Base Nacional Comum Curricular (BNCC). **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 2, p. 458–480, 2025. Disponível em: https://periodicorease.pro.br/rease/pt_BR/article/view/18039. Acesso em: 3 out. 2026.

CARVALHO, Mileide de Souza. **Equipe multiprofissional no desenvolvimento da inteligência emocional: contribuições para a Educação Profissional e Tecnológica (EPT)**. 2023. 120 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal Baiano, Catu, 2023. Disponível em: <https://educapes.capes.gov.br/handle/capes/740961>. Acesso em: 3 out. 2026.

DIONISIO, Bianca Waylla Ribeiro; SOARES, Layse Elaine Feitosa; LUZ, Paulo César de Moura; LIMA, Dassayeve Távora; EVANGELISTA, Paula Ferreira; CRUZ, Edwiges Maiara Florêncio; LUZ, Risocely dos Santos Andrade; BORGES, Paula Andréia Ferreira. **Avaliação dos impactos**

de intervenções em saúde mental no contexto escolar por meio da Escala DASS-21. Revista DELOS, Curitiba, v. 18, n. 70, p. 1–18, 2025.

Disponível em:
<https://ojs.revistadelos.com/ojs/index.php/delos/article/view/6135>.

Acesso em: 3 out. 2026.

FERREIRA, Gabriela Voltolini; REINERT, Milena Andres; MALLUTA, Andréa Nolli; HOFFMANN, Tabata Talita; WAKIUCHI, Julia. Impactos dos eventos adversos da infância na saúde mental na vida adulta.

Revista da UNIFEBE: Edição Saúde e Bem-Estar, v. 1, n. 31, 2024.

Disponível em:
<https://periodicos.unifebe.edu.br/index.php/RevistaUnifebe/article/view/1031>. Acesso em: 3 out. 2026.

FLORIANO, Lara Simone Messias; MUDREY, Patrícia; CAMPOS, Simone Cristina; GONÇALVES, André Luiz Assad; PINTO, Adriele da Mota de França; JUNCOS, Gabriel Fernando de Oliveira. Uso excessivo de telas e o impacto na saúde mental de adolescentes.

Caderno Pedagógico, [S. l.], v. 22, n. 6, p. e15603, 2025. Disponível em:

<https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/cadped/article/view/15603>. Acesso em: 3 out. 2026.

FREITAS, Breno Irigoyen de; MARIN, Angela Helena. **Aprendizagem socioemocional e atenção plena no contexto escolar brasileiro**. 2.

ed. Porto Alegre: Gênese Editora, 2022. 248 p. Disponível em:
<https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/243373/001146039.pdf?sequence=1>. Acesso em: 3 out. 2026.

HEIZER, Perla Carvalho Gonçalves. A importância do desenvolvimento de habilidades emocionais na escola. **Revista**

Tópicos, Rio de Janeiro, v. 3, n. 24, p. 1–26, 2025. Disponível em: <https://revistatopicos.com.br/artigos/a-importancia-do-desenvolvimento-de-habilidades-emocionais-na-escola>. Acesso em: 3 out. 2026.

KOEHLER, Sonia Maria Ferreira; GONZALES, Nathália Garcia Panacioni; MARPICA, Júlia Barbeito. A escola como promotora da saúde mental e do bem-estar juvenil: oficinas pedagógicas com adolescentes. **Desidades**, Rio de Janeiro, n. 29, p. 168–185, 2021. Disponível em: <https://revistas.ufrj.br/index.php/desidades/article/view/43651>. Acesso em: 3 out. 2026.

LIMA, Fernanda. *et al.* Metodologias ativas como tendência educacional frente às demandas educacionais atuais: possibilidades, limites e contribuições para o protagonismo do estudante. **Aurum Revista Multidisciplinar**, Curitiba, v. 1, n. 10, p. 228–235, 2026a. Disponível em: <https://aurumpublicacoes.com/index.php/MA/article/view/1063>. Acesso em: 3 out. 2026.

LIMA, Helen Cristina Alves da Silva; SOARES, Cícero Denilson Aurélio; MEDEIROS, Renata Lívia Silva Fonseca Moreira de; OLIVEIRA, Geane Silva; QUENTAL, Ocilma Barros de. Fatores predisponentes para a incidência de suicídio em jovens. **Periódicos JS**, v. 3, n. 2, 2023. Disponível em: <https://www.periodicojs.com.br/hs/article/view/1311>. Acesso em: 3 out. 2026.

LIMA, Rafael Santos. *et al.* A importância das metodologias ativas no processo de ensino-aprendizagem em alunos com deficiência. **Revista Foco**, v. 17, n. 7, e5744, p. 1–15, 2024. Disponível em:

<https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/5744>. Acesso em: 3 out. 2026.

LIMA, Vinícios Madia. **A responsabilidade pelo pleno desenvolvimento psíquico: a importância do amplo acesso à saúde mental na infância e na adolescência**. 2022. 54f. Monografia (Bacharelado em Ciências Jurídicas) – Universidade Federal da Paraíba, Santa Rita, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/24126>. Acesso em: 3 out. 2026.

LIMA, Vitória Regina Macedo; CORRÊA, Thais Cruz; SIMÕES, Samantha Hanna Seabra Castilho; QUEIROZ, Sabrina de Sousa. O uso de metodologias ativas no processo de ensino e aprendizagem no campo da saúde mental: um relato de experiência. **Pará Research Medical Journal**, Belém, Brasil, v. 9, n. SUPL, 2026b. Disponível em: <https://prmjournal.emnuvens.com.br/revista/article/view/322>. Acesso em: 3 out. 2026.

LUCENA, José Ivaldo Araújo de; SANTOS, Vanildes Gonçalves; FERREIRA, Valdivina Alves. Relação das competências socioemocionais com a docência na educação básica. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v. 50, e134269, 2025. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/edreal/a/MPV8FmPdL3L34gWGNySpnVS/?lang=pt>. Acesso em: 3 out. 2026.

MORAES, André de Araújo. Metodologias ativas: uma revisão bibliográfica e perspectivas para a prática da sala de aula. **Caderno Pedagógico**, [S. l.], v. 22, n. 5, p. e14549, 2025. Disponível em:

<https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/cadped/article/view/14549>. Acesso em: 3 out. 2026.

NASCIMENTO, Roberta Mota.; SILVA, Kailany Oliveira Andrade e; SILVA JUNIOR, Astrogildo Fernandes da. Promoção da saúde mental de adolescentes no contexto escolar: olhar integrado entre educação e saúde. **Pleiade**, v. 20, n. 50, p. 5–13, 2026. Disponível em: <https://pleiade.uniamerica.br/index.php/pleiade/article/view/1222>. Acesso em: 3 out. 2026.

OGASSAVARA, Dante; SILVA-FERREIRA, Thaís da; COSTA, Jeniffer Ferreira; BARTHOLOMEU, Daniel; TERTULIANO, Ivan Wallan; MONTIEL, José Maria. Prerrogativas sobre delineamentos de pesquisa: perspectivas narrativas na revisão de literatura. **Revista Uniaraguaia**, v. 20, n. 2, p. 1–8, 2025. Disponível em: https://sipe.uniaraguaia.edu.br/index.php/REVISTAUNIARAGUAIA/pt_BR/article/view/1634/1249. Acesso em: 3 out. 2026.

OLIVEIRA, Bruno Diniz Castro de; COUTO, Maria Cristina Ventura; SADIGURSCHI, Gabriela; SARDINHA, Gabriel Prata Gonçalves; DELGADO, Pedro Gabriel Godinho. **Promoção de saúde mental no contexto escolar: potências, desafios e a importância da colaboração intersetorial para o campo da Atenção Psicossocial**. Physis: Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 34, e34077, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/zvYQNNbry3cmRPbtYHPdMR/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 3 out. 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Saúde mental**. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2022. Disponível em:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>. Acesso em: 3 out. 2026.

PAIXÃO, Joelson Lopes da; FARIAS, Daise Liane Guarda de; SILVA, Maicon Donizete Andrade; ROCHA, Cleyde Soares. Metodologias ativas como estratégia de inovação pedagógica no ensino contemporâneo: fundamentos, práticas e desafios. **Revista Tópicos**, Rio de Janeiro, v. 4, n. 30, p. 1–28, 2026. Disponível em: <https://revistatopicos.com.br/artigos/metodologias-ativas-como-estrategia-de-inovacao-pedagogica-no-ensino-contemporaneo-fundamentos-praticas-e-desafios>. Acesso em: 3 out. 2026.

PAIXÃO, Joelson Lopes da. Metodologias ativas na educação contemporânea: uma revisão documental das tendências, fundamentos e desafios. **Revista Tópicos**, Rio de Janeiro, v. 4, n. 29, p. 1–20, 2026. Disponível em: <https://revistatopicos.com.br/artigos/metodologias-ativas-na-educacao-contemporanea-uma-revisao-documental-das-tendencias-fundamentos-e-desafios>. Acesso em: 3 out. 2026.

PERDOMO JUNIOR, Joelio Dias; SOARES, Félix Alexandre Antunes. Metodologia da problematização como estratégia à promoção da saúde no ambiente escolar. **Revista de Ensino, Educação e Ciências Humanas**, v. 26, n. 2, p. 171–176, 2025. Disponível em: <https://revistaensinoeeducacao.pgsscogna.com.br/ensino/article/view/11912>. Acesso em: 3 out. 2026.

ROCHA, Andréa Araújo. *et al.* A importância da educação emocional no desenvolvimento dos estudantes. **Educação**, v. 29, n. 147, 2025a. Disponível em: <https://revistaft.com.br/a-importancia-da-educacao->

[emocional-no-desenvolvimento-dos-estudantes/](#). Acesso em: 3 out. 2026.

ROCHA, Gláucia Silva; SANTOS, Sara Leandro; TABOADA, Margaret Maria de Siqueira; ARAÚJO, Renata Bernardo; PACHECO, Fernanda Ventorim; RIZO, Wallace Fraga. Educação e promoção da saúde: estratégias para ambientes escolares saudáveis. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 12, p. 6445–6458, 2025b. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/23476>. Acesso em: 3 out. 2026.

ROCHA, Magna Maria da Conceição; VIEIRA, Maria Ranete de Almeida Peixoto. A importância da afetividade da família para o desenvolvimento socioemocional da criança na escola. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 10, p. 3465–3480, 2021. Disponível em: https://periodicorease.pro.br/rease/pt_BR/article/view/3368. Acesso em: 3 out. 2026.

ROSA, Ana Paula Marques da; GOI, Mara Elisângela Jappe. Teoria socioconstrutivista de Lev Vygotsky: aprendizagem por meio das relações e interações sociais. **Revista Educação Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 10, 2024. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/24/10/teoria-socioconstrutivista-de-lev-vygotsky-aprendizagem-por-meio-das-relacoes-e-interacoes-sociais>. Acesso em: 3 out. 2026.

ROSA, Anderson da Silva; FÓZ, Adriana; MARQUES, Alcione; LOPES, Eduardo; TANAKA, Luiza Hiromi. **Conversando sobre saúde mental e emocional na escola**. São Paulo: Fundação MAPFRE; Secretaria da

Educação do Estado de São Paulo, 2021. 348 p. Disponível em: <https://efape.educacao.sp.gov.br/convivasp/wp-content/uploads/2021/06/PDF-conversando-sobre-saude-mental-digital-ISBN-978-65-994963-2-5.pdf>. Acesso em: 3 out. 2026.

ROSA, Tatiana da; MAGALHÃES, Cleidilene Ramos; SILVEIRA, Luiza Maria de Oliveira Braga. Envolvimento família-escola e suas implicações no desempenho escolar na educação básica. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 28, e262230, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/WH4ZWCfNNvsKM4ZwZjQBWNM/?lang=pt>. Acesso em: 3 out. 2026.

SABINO, Jéssica Tavares; TREGA, Vitória Pereira; ANDRADE, Ana Luiza Alves. Transtornos mentais na adolescência no contexto pós-pandêmico: possíveis causas. **Revista Multidisciplinar Integrada – REMI**, v. 2, n. 1, p. 1-14, 2025. Disponível em: https://revistas.unipacto.com.br/index.php/multidisciplinar/pt_BR/article/view/29. Acesso em: 3 out. 2026.

SANTOS, Alexandre Domingos dos; DIAS, Josemeire; SANTOS, Tarsis de Carvalho; NEVES, Eveline Santana. Interfaces cognitivas na promoção da saúde mental escolar: um estudo psicopedagógico no Brasil e no mundo. **Contribuciones a las Ciencias Sociales**, v. 19, n. 1, e23358, 2026. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/23358>. Acesso em: 3 out. 2026.

SANTOS, Raquel Pereira dos; NASCIMENTO, Maria Lins Pereira; SOUZA, Simone Aparecida Noronha de. A sobrecarga acadêmica como fator desencadeante de transtornos mentais. **Revista JRC de Estudos Acadêmicos**, v. 8, n. 18, e082237, 2025. Disponível em:

<https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/2237>. Acesso em: 3 out. 2026.

SILVA, José Luiz Lopes da; PINHO, Simone Teixeira de. Promoção da inclusão e diversidade na educação: análise das políticas e práticas de gestão pública para atender às necessidades de estudantes com diversidade funcional. **Revista FOCO**, v. 17, n. 6, p. 5307, 2024. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/download/5307/3807/12111>. Acesso em: 3 out. 2026.

SILVA, Maiara da; SILVA, Katia Regina Cardoso da. Educação socioemocional na escola: caminhos para o desenvolvimento integral na educação básica. **Studies in Education Sciences**, Curitiba, v. 6, n. 4, p. 1–13, 2025. Disponível em: <https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/ses/article/view/22099>. Acesso em: 3 out. 2026.

SILVA, Rita Martins. **Percepções sobre saúde mental na adolescência: estudo com adolescentes de 13 a 17 anos do Ensino Básico de Escolas Públicas de Jijoca de Jericoacoara, Brasil**. 2025. 93 f. Dissertação (Mestrado em Educação e Proteção de Crianças e Jovens em Risco) – Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, Portalegre, 2025. Disponível em: <https://comum.rcaap.pt/bitstreams/2df63de2-ae2a-4249-916b-4d2614c04530/download>. Acesso em: 3 out. 2026.

SOUZA, Aline Albuquerque Cirimbelli; GALIOTTO, Cláudio Gonçalves Mendes; RIBEIRO, Débora Inácia. Metodologias ativas em educação e o desenvolvimento do protagonismo em adolescentes: uma investigação teórica. **Revista Educação, Cultura e Sociedade**, v. 13,

n. 2, p. 147–157, 2023. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/recs/article/view/11851>. Acesso em: 3 out. 2026.

TELES, Leila Vilela de Almeida; SOUZA, Jane Alves de; FARIA, Glaudes Braz; BARBOSA, Suely Pereira; GOULART, Ceila Maria Barbosa; BARBOSA JUNIOR, Nilson do Carmo; LOPES, Edite da Costa Barbosa; SILVA, Skarlatty Santa Alves da; ANDRADE, Maria Auxiliadora Arbués de; MORAES, Fabiana Cristina Roseno de. O papel das competências socioemocionais no processo de ensino e aprendizagem. **Revista Foco**, v. 17, n. 6, e5353, 2024. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/5353>. Acesso em: 3 out. 2026.

TOLEDO, Thais Ferro Nogara de. **Promovendo a saúde mental no ambiente escolar: ferramentas e práticas preventivas**. Campo Grande: Ministério da Educação, 2025. Disponível em: <https://mid-educacao.curitiba.pr.gov.br/2025/7/pdf/00520252.pdf>. Acesso em: 3 out. 2026.

TONETTO, Nathália; CARLOTTO, Mary Sandra. Fatores de risco e proteção aos transtornos mentais comuns em estudantes adolescentes. **Boletim – Academia Paulista de Psicologia**, São Paulo, v. 41, n. 101, p. 217–228, 2021. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1415-711X2021000200008&script=sci_arttext. Acesso em: 3 out. 2026.

URRUTH, Gicela de Siqueira; JAEGER, Fernanda Pires. **Prevenção e saúde mental dos adolescentes: fatores de risco frente às dificuldades vivenciadas na pandemia da COVID-19**. Research, Society and Development, v. 11, n. 10, e385111032857, 2022. Disponível

em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/32857>. Acesso em: 3 out. 2026.

¹ Discente do Curso Superior de Psicologia da Faculdade Metropolitana de Manaus - FAMETRO, Brasil. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

² Discente do Curso Superior de Psicologia da Faculdade Metropolitana de Manaus - FAMETRO, Brasil. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

³ Docente do Curso Superior de Psicologia da Faculdade Metropolitana de Manaus - FAMETRO, Brasil. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

⁴ Docente do Curso Superior de Psicologia da Faculdade Metropolitana de Manaus - FAMETRO, Brasil. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)